

**SPORTPROGRAMM ESSLINGEN - Wintersemester 2022/2023**  
 (10. Oktober 2022 - 28. Februar 2023)



Wochentag	Uhrzeit	Kurs	Halle	Kursleiter:In
<b>Montag</b>	17:30 - 19:00 Uhr	Lauftraining	Treffpunkt: Campus Stadtmitte vor der Mensa	Leonard
	18:00 - 20:00 Uhr	Volleyball	<i>Sporthalle F01.025</i>	Adriana
	18:30 - 20:00 Uhr	TOSO X	Gymnastikhalle F01.-181	Carina, Andi, Michael
	20:00 - 21:30 Uhr	Yoga	Gymnastikhalle F01.-181	Andrea
	20:00 - 22:00 Uhr	Zirkeltraining	<i>Sporthalle F01.025</i>	Volker
<b>Dienstag</b>	17:00 - 18:00 Uhr	Langhanteltraining	Gymnastikhalle F01.-181	Volker
	18:00 - 19:00 Uhr	Power Aerobic	<i>Sporthalle F01.025</i>	Volker
	19:00 - 20:00 Uhr	Cross Fight	Gymnastikhalle F01.-181	Wolf
	19:00 - 20:00 Uhr	Forró Tanz Anfänger	<i>Sporthalle F01.025</i>	Sylvia & Guram
	20:00 - 21:00 Uhr	Forró Tanz Mittelstufe	Gymnastikhalle F01.-181	Sylvia & Samira
	20:00 - 22:00 Uhr	Badminton	<i>Sporthalle F01.025</i>	Sophie
<b>Mittwoch</b>	17:30 - 18:30 Uhr	Indoor Cycling	Gymnastikhalle F01.-181	Uta
	18:00 - 19:30 Uhr	Spikeball	<i>Sporthalle F01.025</i>	Luka
	18:00 - 19:30 Uhr	Rennrad	Treffpunkt: Campus Stadtmitte vor der Mensa	Lukas
	18:30 - 19:30 Uhr	Zumba	Gymnastikhalle F01.-181	Nicole & Werner
	19:00 - 21:00 Uhr	Klettern	Kletterwand F01.-181	Lea <b>Starttermin verzögert sich</b>
	19:30 - 21:30 Uhr	Fußball	<i>Sporthalle F01.025</i>	Mehdi
<b>Donnerstag</b>	17:00 - 18:00 Uhr	Hot Iron	Gymnastikhalle F01.-181	Marius
	17:30 - 19:00 Uhr	Lauftraining	Treffpunkt: Campus Stadtmitte vor der Mensa	Leonard
	18:00 - 19:00 Uhr	Pilates	<i>Sporthalle F01.025</i>	Uta
	19:15 - 20:15 Uhr	Deep Work & Tabata	Gymnastikhalle F01.-181	Uta
	19:00 - 20:30 Uhr	Basketball	<i>Sporthalle F01.025</i>	Ganbold
<b>Freitag</b>	18:30 - 20:00 Uhr	Basketball	<i>Sporthalle F01.025</i>	Ganbold
<b>Samstag</b>	11:00 - 12:30 Uhr	Rennrad	Treffpunkt: Campus Stadtmitte vor der Mensa	Lukas

Eine Anmeldung ist erforderlich und erfolgt ab 4. Oktober 2022 über das Intranet. Weitere Informationen sind im Intranet zu finden.